



FAGBESKRIVELSE/ BOULDERING & KLATRING

FAGETS IDENTITET

Faget Bouldering & Klatring har fokus på den studerendes egenfærdighed samt undervisningsmæssige kompetencer. Den studerende vil i faget selv skulle arbejde med at planlægge og gennemføre mindre undervisningssekvenser. Derudover vil der være fokus på at flytte den studerendes grænser i forbindelse med klatring ligesom at den studerende kommer til at arbejde med teknisk og mental feedback.

FORMÅL

Formålet med faget klatring er, at den studerende opnår kompetencer og færdigheder til at kunne begå sig som en god og fokuseret klatreinstruktør og underviser.

EMNER

BOULDERING

Den studerende vil blive introduceret til bouldering som klatredisciplin og forløbet giver den studerende kompetencer til at stå for bouldering på blandt andet skoler og institutioner.

REBKLATRING

Den studerende skal arbejde med repklatring og vil i den forbindelse blive introduceret til udstyr og sikringsmetoder.

SIKKERHED

Fokus er på arbejdet med sikkerhed og formidling af klatring på klatrevæg og på bouldervægge, herunder sikringsteknik og faldteknik. Bouldering er fundamentet i forløbet.

PERSONLIG UDVIKLING

Den studerende skal lege med bevægelsen. Gøre ting, som ikke synes muligt ved første øjekast. Klatre op og ned og sidelæns. Lære kroppen at kende og samarbejde om at finde løsningen på 'problemet'. Arbejde på det mentale og tilgang til svære situationer. Formidling og det at skabe en personlig oplevelse.

UDSTYR

Den studerende vil blive introduceret til håndtering og anvendelse af forskelligt klatreudstyr, herunder holdbarhed, slitage, vedligeholdelse, opbevaring m.m.

KLATREHISTORIE

Den studerende vil få indblik i forskellige klatretraditioner og deres opståen

TEKNIK OG OPVARMNING

Den studerende skal arbejde med klatrespecifik opvarmning samt forskellige teknikker i forbindelse med klatring



FAGBESKRIVELSE/ BOULDERING & KLATRING

KOMPETENCER

Den studerende vil udvikle sit egenfærdighedsniveau og opnå en forståelse for finesserne inden for klatring og bouldering, så det kan formidles videre på en givende måde. Den studerende vil være i stand til at planlægge den enkelte klatreoplevelse i forhold til målsætning, målgruppe, tid, indhold, sikkerhed og være i stand til at tackle målgrupper med forskellige forudsætninger for at komme op i højden, herunder frygt, tillid og tro på egne evner.

ARBEJDSFORMER

Mesterlære, vejledning og erfaringsdannelse i praksis: Se, lyt, prøv – og mærk det i kroppen! Øvelse gør mester. Studerende og underviser arbejder tæt sammen mod ny læring og forståelse af bevægelse, kropsbevidsthed, samt mentale og klatretekniske udfordringer.

OPGAVER

Planlægning af undervisning. Opvarmning, bouldering, teamwork og klatring på topreb. Grupp-opgaver med fokus på undervisning og formidling til forskellige gruppetyper.

EKSAMEN

Fagets afsluttes med en internt bedømt undervisningsopgave inden for bouldering.

LEKTIONSPLAN

Lektionsplanen findes i Lectio

LITTERATUR

PP Kompendie